

تنظير القولون مع ميرالاكس و Gatorade Prep (التحضير القياسي)

الجدول الزمني للتحضير لتنظير القولون

ضع علامة في المربعات أثناء تقدمك!

قبل 21 يومًا أو في أقرب وقت ممكن: اشترِ العناصر للتحضير القياسي*

*نوصي بشراء مجموعة التحضير من MNGI Digestive Health. يمكنك مسح رمز الاستجابة السريعة ضوئيًا أو زيارة <https://www.mngi.com/colonoscopy-prep-kits>

Gatorade غير موجود في مجموعة التحضير ويجب شراؤه بشكل منفصل.

أو... يمكن شراء العناصر الفردية من الصيدلية المحلية:

- قرصان (1) 5 مجم من بيساكوديل
- زجاجة واحدة (1) سعة 8.3 أونصة من مسحوق بولي إيثيلين جليكول (PEG) 3350 MiraLAX أو ما يعادله من نوع عام
- 64 أونصة من مشروب Gatorade/Powerade أو مشروب إلكتروليت معتمد (**ممنوع** الألوان الحمراء)
- قرصان (2) من عقار سيميثيكون 125 مجم أو ثلاثة (3) أقراص من عقار سيميثيكون 80 مجم، أو حبوب مضغ، أو هلام ناعم
- زجاجة واحدة (1) سعة 10 أونصات من سترات الماغنسيوم (**ممنوع** اللون الأحمر) أو 16-18 جم من مسحوق سترات الماغنسيوم

قبل 7 أيام:

- توقف عن** تناول مكملات الألياف والحديد.
- إذا كنت مصابًا بمرض السكري، فاتصل بمقدم خدمة المراقبة المتابع لك للحصول على مزيد من التوجيهات بشأن الأنسولين و/أو السيطرة على سكر الدم.

قبل 3 أيام:

- ابدأ نظامًا غذائيًا قليل الألياف (10-15 جم/يومياً). **تجنب** البذور والمكسرات والفشار والذرة والحبوب الكاملة والكيثوا والفواكه الطازجة والخضروات النيئة وما إلى ذلك.

لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي منخفض الألياف،

يرجى زيارة www.mngi.com/conditions/low-fiber-diet



قبل يومين:



حافظ على ترطيب جسمك جيدًا.
توقف عن تناول الأطعمة الصلبة في الساعة **11:45 مساءً** وابدأ نظامًا غذائيًا من السوائل الشفافة (السوائل التي يمكنك الرؤية من خلالها فقط).

لمزيد من التفاصيل حول اتباع نظام غذائي من السوائل الشفافة، يُرجى زيارة
<https://www.mngi.com/conditions/clear-liquid-diet>

قبل يوم واحد:



ممنوع الطعام الصلب. استمر في اتباع نظام غذائي يحتوي على سوائل صافية. **ممنوع** الكحول، السوائل الحمر، منتجات الألبان، الزيوت، اللب، إلخ.
في الساعة **12 مساءً**، تناول قرصين (2) من بيساكوديل.
اخلط زجاجة واحدة من MiraLAX مع 64 أونصة من السائل (يجب استخدام 56 أونصة على الأقل من مشروب الإلكتروليت لخلط MiraLAX. يمكن إضافة ما يصل إلى 8 أونصات من الماء للوصول إلى 64 أونصة المطلوبة). بين الساعة **4 و 6 مساءً**، اشرب خليط MiraLAX-Gatorade (كوب واحد 8 أونصات كل 15 دقيقة).
مع آخر كوب من خليط MiraLAX-Gatorade، تناول 240-250 مجم من سيميثيكون.

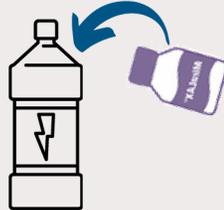
آخر كوب من خليط MiraLAX

بين 4 و 6 مساءً

12 مساءً



سيميثيكون



بيساكوديل

استمر في اتباع نظام غذائي سائل فقط

يوم الإجراء (يتبع في الصفحة التالية):



استمر في اتباع نظام غذائي يحتوي على السوائل الشفافة **فقط**.
تناول أدويةك الصباحية مع رشقات من الماء **قبل الإجراء بـ 3 ساعات على الأقل**.

- ويشمل ذلك أدوية القلب وضغط الدم، ومرققات الدم (إذا لم يُطلب منك إيقافها من قبل عيادتنا)، والميثادون، والأدوية المضادة للنوبات.
- لا تتناول أي فيتامينات أو مكملات قابلة للمضغ.

لا تستخدم تبغ المضغ، أو THC، أو الماريجوانا، أو المخدرات غير المشروعة.



يوم الإجراء (يتبع).



قبل 4 ساعات: اشرب سترات الماغنسيوم

جم من عبوة 16 - 18 مسحوق سترات الماغنسيوم المذابة في 10 أونصات من الماء

أو

زجاجة 10 أونصات من سترات الماغنسيوم السائل

قبل 3 ساعات:

توقف عن تناول جميع السوائل. **الصيام** إلى ما بعد تنظير القولون.

تأكد من أن البراز سائل صافي/أصفر/بلون بالشاي **فقط** قبل موعدك. إذا لم تكن متأكدًا، فاتصل بعيادتنا على الرقم 612-871-1145.

معلومات إضافية:

- تعديلات الأدوية:** في حالة تناول ناهضات GLP-1 (أوزميك، ويجوفي، تروايسيتي، ريبلسس، ساكيندا، بيتا، أو غير ذلك) أو مثبطات (SGLT-2 إنشوكانا، فارسيجا، جارديانس، ستيجلاترو) اتبع إرشادات التوقف المحددة <https://www.mngi.com/colonoscopy-info>
- نصائح لتنظيف القولون:** حافظ على ترطيب جسمك جيدًا، وابقَ بالقرب من المراض، واستمر في شرب مطول التحضير كل 15 دقيقة. قد ترغب في الحفاظ على المطول باردًا ولكن لا تضيف ثلجًا. يمكنك أيضًا التفكير في استخدام ماصة.
- تغييرات المواعيد:** أعد الجدولة إذا كنت تعاني من أعراض تشبه أعراض الإنفلونزا أو أعراض تنفسية، أو إذا كنت قد شُخصت حديثًا بحالات طبية.
- متطلبات الشخص المسؤول:** تأكد من وجود مرافق معك لتسجيل الوصول، والمغادرة، والانتقال.
- كيف سأعرف أنني مستعد؟** عند الانتهاء من التحضير، يجب ألا يكون لديك أي براز صلب - يجب أن يكون البراز سائلًا شفافًا/أصفر/بلون الشاي. يجب أن تكون قادرًا على رؤية الجزء السفلي من وعاء المراض. إذا لم تكن متأكدًا مما إذا كان القولون قد تم تنظيفه أم لا، فيُرجى الاتصال بعيادتنا على الرقم 612-871-1145 قبل المغادرة لحضور موعدك.
- هل لديك أسئلة؟** للحصول على إجابات عن الأسئلة الشائعة حول تحضير تنظير القولون والزيارة، يمكنك الانتقال إلى <https://www.mngi.com/colonoscopy-faqs>